La déclaration nutritionnelle sera obligatoire en 2016

Elle permet de connaître la valeur énergétique et la composition en nutriments d'un aliment, pour 100 g ou 100 ml de produit. Elle peut aussi être donnée pour une portion, à condition que celle-ci soit quantifiée sur l'étiquette et que le nombre de portions contenues dans l'emballage soit indiqué.
D'ici décembre 2016, tous les emballages devront présenter le même tableau nutritionnel en Europe.

Comprendre l'étiquetage alimentaire

Les allégations

Ce sont des mentions qui mettent en avant une qualité nutritionnelle particulière de l'aliment (les allégations nutritionnelles, définies règlementairement) ou une relation entre l'aliment et la santé (les allégations de santé, listées dans un registre européen). L'allégation nutritionnelle « riche en fibres » figurant sur cet emballage signifie que le produit contient au moins 6 g de fibres pour 100 g. On trouve des fibres essentiellement dans les légumes, les céréales complètes et les légumes secs. Elles permettent notamment de réguler le transit intestinal.



La déclaration nutritionnelle obligatoire inclut les éléments suivants :

La valeur énergétique (en kJ et kcal)
L'énergie, qui est apportée par les protéines, glucides et matières grasses, s'exprime en kilojoules (kJ) et en kilocalories (kcal) appelées plus couramment calories (Cal) (1 kcal ≈ 4,2 kJ).

La quantité de matières grasses et d'acides gras saturés (en g)
Parmi les matières grasses, on distingue les acides gras saturés et les acides gras insaturés (monoinsaturés et polyinsaturés).

La quantité de glucides et de sucres (en g)
Les glucides comprennent :
- l'amidon (glucides complexes). C'est le principal constituant du pain, du riz, des pâtes, des pommes de terre, des légumes secs, etc.
- les sucres (glucides simples) : glucose, saccharose, fructose, lactose, etc. On en trouve dans le sucre, le miel, les fruits et jus de fruits, les boissons et aliments sucrés, le lait et produits laitiers, etc.

La quantité de protéines (en g)
Les protéines sont présentes dans les aliments d'origines animale et végétale, en quantité notable dans les viandes, poissons, œufs, produits laitiers, légumes secs et céréales.

La quantité de sel (en g)

Ces éléments peuvent aussi être exprimés en pourcentage des apports de référence (valeurs repères définies par la réglementation permettant de couvrir les besoins de la population adulte) pour 100 g ou 100 ml ou pour une portion de denrée. La mention « Apport de référence pour un adulte-type (8 400 kJ/2 000 kcal) » est alors indiquée à proximité immédiate. Le plus souvent, les informations seront exprimées pour une portion, ce qui permet de savoir dans quelle mesure cette portion contribue à l'alimentation.

Système d'étiquetage complémentaire

La déclaration nutritionnelle obligatoire peut être associée à un système d'étiquetage complémentaire en face avant répétant les informations suivantes : l'énergie seule ou l'énergie accompagnée des quantités de matières grasses, acides gras saturés, sucres et sel. Ils sont exprimés pour 100 g ou 100 ml ou pour une portion du produit, et en pourcentage des apports de référence.

Par exemple : 8,9 g de matières grasses = 13% des apports de référence en matières grasses qui sont de 70 g/jour pour un adulte-type

La déclaration nutritionnelle peut être complétée par les quantités des éléments suivants :

- les acides gras monoinsaturés (en g)
- les acides gras polyinsaturés (en g)
- les polyols (en g)
- l'amidon (en g)
- les fibres alimentaires (en g)
- les vitamines et sels minéraux présents en quantité significative (au moins 15% des valeurs nutritionnelles de référence pour 100 g ou 7,5% pour 100 ml).

En cas d'allégation portant sur l'un de ces éléments, l'indication de leur quantité devient obligatoire. Si l'allégation porte sur un autre élément (par exemple le cholestérol ou les oméga-3), la quantité de celui-ci doit figurer dans le même champ visuel que la déclaration nutritionnelle.







www.clcv.org



Mention obligatoire — Mention facultative

Comprendre l'étiquetage alimentaire

Liste des ingrédients

Elle comprend tous les composants qui entrent dans la fabrication de l'aliment (matières premières agricoles, épices, additifs, etc.) et qui sont encore présents dans le produit fini.

Les ingrédients sont énumérés dans l'ordre pondéral décroissant de la recette.

La quantité d'un ingrédient est indiquée lorsqu'il figure dans la dénomination de vente ou est mis en évidence dans l'étiquetage (sur l'image par exemple).

La présence d'allergènes doit être obligatoirement indiquée (en gras par exemple).

Les additifs (substances ajoutées en petites quantités lors de la fabrication du produit pour accroître la durée de conservation, améliorer la texture, l'aspect, etc.) sont classés par catégorie et désignés par leur nom ou par leur numéro de code européen : lettre E (Europe) suivie de 3 chiffres.

La présence d'OGM (organismes génétiquement modifiés) dans l'un des ingrédients doit être obligatoirement mentionnée.

Dans les cas où l'industriel ne peut garantir l'absence totale de certains allergènes, il le précise par ce type de mention pour informer au mieux les consommateurs.

Mode d'emploi

Dates de consommation

Elles indiquent la période pendant laquelle le produit conserve ses propriétés spécifiques.

Date de durabilité minimale anciennement date limite d'utilisation optimale (DLUO)
«A consommer de préférence avant le ...» (jour, mois, année), ou
«A consommer de préférence avant fin ...» (mois, année) ou (année).
Elle indique le délai au-delà duquel les qualités gustatives ou nutritionnelles du produit risquent de s'altérer.

Date limite de consommation (DLC)
«A consommer jusqu'au ...» (jour, mois).
La DLC apparaît sur les denrées périssables (produits laitiers frais, viandes, poissons, œufs, légumes épluchés en sachets, etc) dont la consommation au-delà de cette date présente un danger pour la santé.

Date de congélation
« Produit congelé le ...» (jour, mois, année)
Elle concerne les viandes congelées, les préparations de viandes congelées et les produits non transformés de la pêche congelés.



Dénomination de vente

Lorsque le produit dispose d'une dénomination « fantaisie », la dénomination de vente, qui doit être la plus précise possible, peut être située au niveau de la liste des ingrédients.

Poids net

En complément du poids net, le symbole «℮» indique que les poids spécifiés sur l'emballage ont été vérifiés par le fabricant. Il est facultatif.

Pays d'origine ou lieu de provenance

Il est obligatoire d'indiquer le pays d'origine ou le lieu de provenance d'une denrée alimentaire lorsque, en l'absence d'une telle information, le consommateur pourrait être induit en erreur quant au pays d'origine ou de provenance réel du produit.

Marque d'identification

Cette marque ovale indique que l'établissement ayant fabriqué le produit est agréé par les services vétérinaires départementaux pour la transformation de denrées d'origine animale conformément aux règles d'hygiène communautaires.

Point vert

Ce logo atteste que le fabricant participe au programme Eco-emballage, qui subventionne la collecte sélective et le tri de déchets d'emballage en vue du recyclage.

Il existe des signes officiels de qualité, comme par exemple l'appellation d'origine protégée, l'agriculture biologique ou encore le label rouge. Les aliments qui en bénéficient répondent à un cahier des charges défini, dont le respect est contrôlé régulièrement par des organismes agréés.







Conditions de conservation ou d'utilisation

Nom et adresse de l'exploitant

Mention obligatoire

Mention facultative

Décembre 2014